

Gemüse Lasagne



Eine Gemüse Lasagne ist eine wunderbare Alternative zu einer normalen Lasagne. Die Gestaltungsmöglichkeiten sind hier unendlich. Nehmt dazu das Gemüse, das euch am besten schmeckt oder was aktuell verfügbar bzw. sowieso noch bei euch im Kühlschrank vorhanden ist. Ich habe auch schon die unterschiedlichsten Kreationen erstellt - aktuell zum Beispiel mit Kohlrabi und Möhren. Mehr nicht. Für 4 Personen sollte man ca. 800 g - 1 kg Gemüse rechnen (neben den Tomaten).

Nachfolgend nennen ich euch ein Beispiel einer klassischen Gemüse Lasagne.

Zutaten für 4 Personen:

12 Lasagne Teigblätter (wunderbar dazu passen auch die grünen Lasagneblätter)

1-2 EL Butter oder Öl

je 200 g Möhren, Lauch und Zucchini

400 g Champignons

1 Dose gestückelte Tomaten

1 EL Tomatenmark

getrocknete Kräuter (z.B. Oregano, Thymian, Basilikum)

Salz und Pfeffer

Für die Béchamelsoße

60 g Butter

60 g Mehl

800 ml Milch

1 TL Salz

Muskatnuss

etwas Parmesan (gerieben)

Und außerdem 200 g geriebener Käse (auch toll Käse in Kombination mit Parmesan)

Zubereitung:

- Das Gemüse putzen und in kleine Stückchen schneiden. Am besten in Scheibenform, die nicht so dick sind.
- Butter oder Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Gemüse darin andünsten. Gut abschmecken und zur Seite stellen.
- In der gleichen Pfanne nun die Tomatenstücke geben und aufkochen lassen. Nach einigen Minuten das Tomatenmark zugeben und mit den Kräutern abschmecken. Auch hier ist eine gute Würze notwendig.

Zubereitung Bechamelsoße:

Für die Bechamelsoße die Butter schmelzen lassen. Unter Rühren dann das Mehl zufügen und anschwitzen lassen. Nach und nach die Milch dazu gießen und immer weiter rühren. Aufpassen, dass keine Klümpchen entstehen!

Geriebenen Parmesan zufügen und mit Salz und Muskat abschmecken. Die Menge des Parmesans richtet sich nach eurem Geschmack.

Im Anschluss alles in einer großen Auflaufform schichten. Dabei mit etwas Bechamelsoße beginnen, dann Lasagneblätter, Gemüse, Tomatensoße, Béchamelsoße, Teigblätter usw. Abschließen mit Béchamelsoße. Darauf den Käse verteilen.

Bei 200 C ca. 30-35 Minuten im Backofen überbacken

Guten Appetit!